



ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА

№ 3 (30) МАРТ–2005 • ОФИЦИАЛЬНЫЙ ОРГАН ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ЛИГИ

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

Праздник – это, в первую очередь, традиции. Это то, что принято в обществе, это основания и поводы для того, чтобы подумать и сделать что-то, от чего обычно отвлекает повседневность. И этот праздник, 8 марта, Международный женский день, не исключение. У него в нашей жизни свое место и свое назначение, свое для каждого из нас...

Может быть, это повод и основание для того, чтобы подумать о женщине и женственности, о том, что такое быть женщиной в этом мире, в нашей стране, в наше время, в нашей профессии... Для мужчин этот праздник – повод и время стряхнуть груз повседневности и взглянуть в глаза той, что рядом... Тем самым, первым, восхищенным взглядом... И, потом, вторым взглядом – долгим и нежным, и признательным. И вспомнить все счастливые моменты совместно пройденного пути... И повод позвонить той, что дала жизнь в самом начале! И порадовать коллег, которые, что бы ни говорили об этом празднике вслух, будут рады и цветам, и теплым словам.

А для женщин этот праздник... Впрочем, пусть это останется тайной... Пусть эта тайна лучится в уголках глаз, и в улыбке, и в тех мыслях, которые они, конечно же, смогут открыть лишь самым близким...

И среди наших коллег, психологов и психотерапевтов, и в числе наших клиентов и пациентов, и среди наших читателей безусловно преобладают женщины

А ещё этот праздник – повод подумать об изменении роли женщины в обществе. Женщина всегда была «островом стабильности» в нашем несущемся куда-то мире, однако в последние десятилетия она всё больше и больше берёт на себя ответственность за весь наш мир, за жизнь.

С праздником всех вас, таких разных, таких, какие вы есть...

Счастья вам!

Редакция Профессиональной психотерапевтической газеты

О ПСИХОТЕРАПИИ. О ЛЮБВИ. О ЖЕНЩИНАХ И МУЖЧИНАХ

В канун 8 марта выходит в свет книга В. В. Макарова и Г. А. Макаровой «Женщина играющая и выигрывающая». Предлагаем Вашему вниманию отрывок из этой книги.

Настоящая женщина надежна и добра. В ней есть достоинство, красота души, терпеливость, щедрость, умение радовать и радоваться самой, умение жалеть. Она умеет жалеть, не унижая человека, её жалость подобна надежде. Она лечит словом, прикосновением. Она мягка в разговоре, умеет слушать. Она умеет любить...

Настоящий мужчина надежен, держит слово, которое очень ценит, и не бросает слов на ветер. Обладает чувством такта, прост в общении с людьми, но тверд и непоколебим в своих принципах. Сдержан, внимателен, приветлив без фамильярности. Он не кричит о своей любви, не клянется громко и ясно в верности, он любит с достоинством, не унижаясь и в безответной любви. Он горд и молчалив. Он тактичен и добр к женщине, дарящей ему свою любовь. Рядом с таким мужчиной женщина чувствует себя спокойно и надежно.

...Просыпаясь утром, чувствовать рядом тепло любимого и дорогого человека – это, наверное, и есть простое женское счастье. Женщине нужна любовь и надежность. Это так мало и так много!

Это книга о женщинах и мужчинах. О любви. О жизни. О психотерапии.

О том, что разрушает этот хрупкий союз и создаёт его. О том, как стать и быть настоящим, а не фальшивым. Как жить, а не играть в жизнь. Как творить самого себя. Как изменять мир, меняя отношение к нему. Вступать в игры выигрывать в них.

Ψ ТВОРЧЕСТВО ПСИХОТЕРАПЕВТОВ

Бой с тенью

*Евгению Александрову с благодарностью и восхищением
Любовь Кравченко, г. Омск*

В который раз со страстью пылкой

Я вызывала тень на бой!

С какой-то странною ухмылкой

Тень принимала вызов мой.

В бою вопрос решали старый –

На чьей же Правда стороне?..

Все нанесенные удары

Тень точно возвращала мне...

Однажды мимо нашей сечи

Шел бородатый остро слов.

Спросил: «Вам что, заняться нечем?

Или своих не жалко лбов?»

И я, застыв в недоумении,

Разжав усталых рук кольцо,

Смотрела молча, как из Тени

Открылось мне МОЕ ЛИЦО...

Осознания

Эльвира Коровина, психолог, г. Омск

Я позволила себе плыть

Плыть со страхом попасть на мели...

Я позволила себе БЫТЬ,

Быть собой, быть на самом деле!

Я позволила себе стих,

Открывающий сердце свету.

Я позволила себе вихрь,

Создающий меня, планету.

И от этого горьких тризн

Растворились бугры и ямы...

Я позволила себе ЖИЗНЬ,

Растворив всех запретов рамы!!!

ДОПОЛНЯЕМЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНЫХ СОБЫТИЙ И СОБРАНИЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ЛИГИ В 2005–2006 ГОДАХ

2005 год		
II межрегиональный Декадник по психологическому консультированию и психотерапии в Татарстане	Казань	24–31 марта
Международный конгресс «Профессиональная психотерапия и профессиональное консультирование: прошлое, настоящее и будущее»	Москва	23–25 июня
XIII конгресс Европейской ассоциации психотерапии «Новые границы Европы – новые границы психотерапии»	Литва, Вильнюс	06–10 июля
II летняя неделя психотерапии и практической психологии	Омск	10–16 июля
I межрегиональная неделя психотерапии, профессионального консультирования и коучинга в республике Алтай.	Республика Алтай	01–07 августа
Традиционный Казахстанский декадник по психотерапии и психологическому консультированию	Боровое, Казахстан	15–22 августа
IV Всемирный конгресс по психотерапии	Аргентина, Буэнос-Айрес	27–30 августа
Общероссийский итоговый декадник по психотерапии, психологическому консультированию и наркологии	Омск	05–12 ноября
II Международный декадник по психотерапии и психологическому консультированию	Екатеринбург	04–10 ноября
II рождественский бал психотерапевтов России и друзей психотерапевтов. Неделя психотерапии	Москва	12–17 декабря
II научно-практическая психотерапевтическая экспедиция в Индию	Индия	29.12.05–12.01.06
2006 год		
I Российско- израильский декадник по психотерапии	Россия, Израиль	апрель
Международный конгресс по психотерапии и психологическому консультированию	Москва	03–05 июня
XIV конгресс Европейской Ассоциации Психотерапии «Дни потрясений: психотерапия в мире перемен»	Англия, Кэмбридж	14–16 июля
II межрегиональная неделя психотерапии, профессионального консультирования и коучинга в республике Алтай.	Республика Алтай	31.07–06.08
III Международный конгресс Азиатской ассоциации психотерапии	Япония, Токио	28–30 августа
III рождественский бал психотерапевтов России и друзей психотерапевтов. Неделя психотерапии	Москва	12–19 декабря
Длительные образовательные проекты проводятся по отдельному расписанию*		

* Длительные образовательные проекты по программе Европейского сертификата психотерапевта и консультанта 2005–2006 гг.* (ПО ОТДЕЛЬНОМУ РАСПИСАНИЮ)

- Общероссийский тренинг по интегративной гештальт-терапии под супервизией С.Гингера (Франция).
- Тренинг по экзистенциальной психотерапии Кочюнаса Р. и сотрудников Литовского института экзистенциальной психотерапии (Литва).
- Мастерская терапии творческим самовыражением профессора Бурно М. Е.
- Международная программа по системной семейной психотерапии Маудера Х (Австрия) и сотрудников. Санкт-Петербург, Москва).
- Психодинамическая, пренатальная телесно ориентированная психотерапия Кренца Х. (Нидерланды) и сотрудников. Москва, Ростов–на-Дону).
- Авторский сертификационный курс Макарова В. В. и Макаровой Г. А. «Транзактный анализ – Восточная версия». Екатеринбург. Москва.

Российская медицинская академия последипломного образования Кафедра психотерапии, медицинской психологии и сексологии

объявляет о начале подготовки в области клинического психоанализа под руководством профессора Егорова Бориса Ефимовича (Вступительный и разрешающий курс подготовки).

Первый Цикл тематического усовершенствования «Вопросы клинического психоанализа» ориентирован на врачей и психологов, работающих в государственных и частных учреждениях.

Основные задачи цикла:

- Овладение теорией психоаналитической психотерапии и знакомство с теоретико-методологическими основами ее современных направлений.
- Изучение подходов к диагностике патохарактерологического развития, психосоматических заболеваний, состояний психической дезадаптации и социопатий, а также психических заболеваний, для которых показана психоаналитическая психотерапия.
- Изучение взаимоотношений в системе врач-пациент, стилей и особенностей ролевого поведения врача-психотерапевта на различных этапах аналитической практики.
- Формирование практических умений и навыков в сфере общения с пациентом (проведение психотерапевтического интервью, формирование альянса и др.).
- Практическое применение правил психотерапевтической ней-

тральности и этики.

- Овладение методикой психоаналитических интерпретаций и психологических интервенций. Супервизии.
 - Работа с переносом и контрпереносом, сопротивлением и защитами клиентов и пациентов и др.
- Продолжительность цикла (лекции, семинары и практические занятия) – 72 часа. Стоимость курса обучения – 5 тыс. руб. по безналичному расчету. Занятия проводятся с 1 по 18 марта по адресу: ул. Садовая-Спаская, д. 20, под.1, эт.3, оф. 324. в помещении Центра психоаналитических исследований. Занятия – утренние, дневные, вечерние по выбору.

По окончании цикла выдается диплом государственного образца.

Прием заявлений проводится на кафедре психотерапии РМАПО (Калмыкова Инга Юрьевна, тел. 275–4567) и в Центре психоаналитических исследований (Круковская Юлия Андреевна, тел. 975–4041 с 14–00 и 21–00).

Справки по тел. 975–4041 и на сайте www.psycho-analyse.ru.

Ψ ХРОНИКА

Из комитета модальностей ППЛ

На состоявшемся 26 января 2005 г. очередном открытом заседании комитета модальностей число его членов пополнилось сразу двумя представителями. Огороднов Леонид Михайлович будет представлять в комитете модальность «Психодрама», Линде Николай Дмитриевич – авторскую методику «Эмоционально-образная терапия».

Модальность «Психодрама» не требует голосования, так как признана Европейской ассоциацией психотерапии. На комитете была заслушана презентация Л. М. Огороднова с последующим обсуждением его кандидатуры как представителя данной модальности. Огороднов Леонид Михайлович – психолог, преподаватель Морено-института (Москва–Гольдфельберг), член Британской психодраматической ассоциации, член ППЛ – обратился к комитету с инициативой о введении психодрамы в перечень официально признанных ППЛ методов и модальностей. Он успешно провел презентацию и активно участвовал в обсуждении, показав владение вопросом и готовность работать в качестве представителя модальности «психодрама» в комитете модальностей ППЛ.

Следующий вопрос касался авторской методики Н. Д. Линде «Эмоционально-образная терапия». Автор представил необходимые документы (заявку, резюме, три рекомендации, монографию, издан-

ную типографским способом) и получил разрешение на презентацию своего метода.

В обсуждении приняли участие не только члены комитета, но и присутствующие психотерапевты, психологи, студенты и ординаторы РМАПО. Мнения присутствующих разделились: есть ли своя специфика в методе или в нем синтезируется уже известное, насколько правомерно использование в практике измененное состояние сознания, модальность это или методика, клинический метод или психологическая психотерапия. Среди выступивших были: профессор Бурно М. Е., доктор мед. наук Тукаев Р. Д., члены комитета Белгородский Л. С., Ермошин А. Ф. и др. Примиряющим стороны явилось выступление профессора Макарова В. В., в котором он отметил, что этот метод не клинический, так как и сам автор не клиницист. Он предложил рассматривать данный метод как сложившуюся практическую методику психотерапии, имеющую тенденцию к развитию в отдельную модальность. В результате тайного голосования большинством голосов было решено признать «Эмоционально-образную терапию» авторской методикой и ввести в состав комитета модальностей Линде Н.Д. после утверждения съездом ППЛ.

Клышников Е. Н. – ученый секретарь комитета модальностей ППЛ, психолог-консультант

24 марта 2005 года в рамках Второго Казанского декадника проводится профессорская конференция, дискуссия и брифинг «Миссия психотерапии сегодня и завтра». Участники:

Бурно М. Е., д.м.н, профессор (Москва); center@oppl.ru
 Карпов А. М., д.м.н, профессор (Казань)
 Катков А. Л., д.м.н, профессор (Павлодар, Казахстан); neovite@pisem.net
 Макаров В. В., д.м.н, профессор (Москва); vikal@oppl.ru
 Менделевич В. Д., д.м.н, профессор (Казань); mend@tbit.ru
 Попов Л. М., д.п.н, профессор (Казань); leonid.popov@ksu.ru

Прохоров О. А., д.п.н, профессор (Казань); prokhor@knet.ru
 Сибгатуллина И. Ф., д.п.н, профессор (Казань)
 Тукаев Р. Д., д.м.н, (Москва); tukaevrd@mtu-net.ru
 Хусаинова Н. Ю., д.п.н, профессор (Казань);
 Naira.Khousainova@soros.ksu.ru
 Яхин К. К., д.м.н, профессор (Казань)

Ψ ДИСКУССИОННАЯ ТРИБУНА

В этом номере мы начинаем публикацию материалов профессорской конференции «Миссия психотерапии сегодня и завтра».

Дата проведения конференции – 24 марта 2005 года. Место проведения – г. Казань. Контекст – Второй Казанский декадник по психотерапии и психологическому консультированию «Вызовы эпохи в аспекте психологической и психотерапевтической практики».

МИССИЯ ПСИХОТЕРАПИИ: СЕГОДНЯ И ЗАВТРА

Макаров В. В.

После разрушения идеологии индивидуальное развитие человека у нас в стране стало «ничейной» территорией. А между тем индивидуальное развитие человека – территория культуры, значительную часть которой составляет психотерапия. Психотерапия – это, с одной стороны, мировоззрение и практическая философия жизни, с другой стороны – система практических психологических приемов и технологий достижения поставленных целей. Над нашей страной больше не давят коммунистические ценности. Только это чисто внешний эффект. Эти ценности успешно интериоризировались и превратились в наши внутренние психологические запреты и ограничения. Наша внутренняя психологическая цензура очень ограничивает нас, часто стагнирует развитие. И понадобится смена нескольких поколений для того чтобы данные ценности по настоящему, в полной мере ушли в прошлое. Значительно, резко ускорить этот процесс может современная психотерапия.

Конечно же, занимаясь терапией, мы стремимся изменить отношение человека к реальности. Поэтому психотерапия может стать мировоззрением современного развитого и успешного человека.

Мы уже вступили в эпоху, когда психология и психотерапия стали осознаваемой и необходимой частью общественной жизни России. И эта эпоха будет весьма продолжительной. В качестве наших

стратегических ресурсов будут рассматриваться не только нефть и газ, а главным образом граждане нашей страны с их психическими ресурсами.

Психотерапия вышла за пределы медицины и клинической психологии и перерастает в важную, необходимую часть культуры современного общества. А психотерапевт из границ новой врачебной или психологической специальности переходит в пределы новейшей профессии.

Профессиональное образование психотерапевта осуществляется на базе завершённого (высшего) образования и состоит из теории, практики и эксклюзивного раздела личного самопознания, анализа, и личной терапии. Уровень профессиональной подготовки психотерапевта подтверждается национальными сертификатами консультанта и психотерапевта. А его соответствие международному уровню подтверждается Европейским сертификатом психотерапевта и внесением в единый Европейский реестр профессиональных психотерапевтов.

Новейшая специальность – психотерапия – на наших глазах и с нашим непосредственным участием перерастает в сверхновую профессию – психотерапию. История отечественной психотерапии творится на наших глазах и нашими усилиями! Многие наши действия или бездействие тут же отражаются на состоянии и перспективах психотерапии в Российской Федерации, да и далеко за ее пределами.

Современную психотерапию всё больше характеризует огром-

ное разнообразие и терпимость к иному мнению и вместе с тем строгие научные и этические критерии.

Сложилось так, что именно психотерапия разработала и заимствовала из других областей ментальной практики технологии воздействия на психику человека и психологическое состояние группы. Психотерапия собрала технологии хранит развивает их.

Психотерапия в нашей стране развивается столь быстро, что вчера еще самые новые методы и техники сегодня воспринимаются как вполне привычные и даже архаичные. А деятели, которые вчера олицетворяли прогресс нашей профессии, сегодня могут оказаться тормозом в ее развитии.

Психотерапия рассматривает человека в его целостности и в связи с микросоциумом и социумом. Для современной психотерапии характерен биопсихосоциальный подход. Поэтому она может стать эффективной практической философией современной медицины и других систем модификации человека и группы.

Психотерапия активно интересуется достижениями и возможностями интеграции со смежными областями. Такими областями, прежде всего, являются: психиатрия, традиционное целительство, духовные практики и медицинские учения стран Востока.

Конечно, наступит такой этап развития психотерапии, когда она сформируется в самостоятельную науку. Когда будут предложены строгие критерии отнесения к этой науке тех или иных школ и направлений психотерапии. Тогда число психотерапевтических школ и направлений уменьшится, а в развитии психотерапии наступит более спокойный и упорядоченный период. Наступит это и в нашей стране. А пока происходит бурный процесс формирования. **В течение нескольких десятилетий мы были огромной пограничной территорией, где кончалась европейская психотерапия, и начинались восточные духовные практики. Сегодня мир психотерапии уже без границ.**

Психотерапия, будучи новой системой общества и насчитывая в своей истории не более двух веков, уже внесла свой, пока не полностью оцененный вклад в развитие и культуру западного мира. Психоанализ, вызвав особый интерес к сексуальности, тем самым явился одной из основных иницилирующих сил сексуальной революции. Ее победа значительно повлияла на культуру, ослабив систему моральных запретов в обществе. Конечно, культуру западного мира XX столетия попросту трудно или даже невозможно представить без идей психоанализа. Гуманистическая психотерапия, получив широкое распространение в шестидесятые-семидесятые годы, оказала значительное влияние на стиль жизни в развитых индустриальных странах, сделав отношения между людьми значительно менее агрессивными, более гуманными. Экзистенциальные направления психотерапии помогают множеству современников выйти из духовного кризиса, осознать смысл жизни. Психотерапия всё больше становится важнейшей формой светского гуманизма. И по мере развития общества она становится всё более востребованной.

Миссию современной психотерапии можно сформулировать триадой: развитие – предупреждение – лечение. **А для нынешнего исторического этапа психотерапии в нашей стране:** лечение – предупреждение – развитие. Психотерапия больше занимается не постановкой этих целей, а средствами их достижения. Поэтому для многих психотерапия в первую очередь – набор технологий для достижения поставленных целей. Технологий направленных на воспитание гибкости, умения находить и реализовать новые, эффективные стратегии поведения; накапливать и рационально использовать энергетические ресурсы; изыскивать, сохранять и развивать ресурсные состояния; обеспечивать активность, энтузиазм, оптимизм, сохранять и развивать здоровье.

Семь главных характеристик психотерапии

- 1. Психотерапия является частью современной культуры.** Это нарождающаяся область культуры, организационно-идеологическое оформление которой изначально оформлено в Западной Европе и активно распространяется по всем континентам и странам мира.
2. Психотерапия социально зависимая область. И в полной мере она может развиваться в демократическом обществе. Психотерапия более ориентирована на потребности общества в целом, чем государств как части общества.
- 3. Психотерапия традиционно занимается человеком и группой.** В том числе самой важной группой – семьей. Психотерапия объявляет

человека и семью главной ценностью мироздания и всеобщим эталоном. **Современная психотерапия занимается и обществом в целом.** Эта новая для нас роль, новый вызов, даёт новый ракурс нашей работе, делает её по-новому привлекательной.

4. **Психотерапия объясняет** болезни, недостаточное или искажённое развитие, неполную самореализацию, отсутствие гармонии с собой и (или) миром **в психологических, духовных понятиях.**
5. **Психотерапия осуществляет лечение** и предупреждение расстройств здоровья, недоразвития или неполной самореализации, достижения гармонии с собой и миром **при помощи психологических, духовных воздействий.**
6. **Психотерапия развивается столь быстро, что вчера ещё кажущиеся прогрессивными идеи сегодня воспринимаются как банальные, вчера ещё прогрессивные деятели сегодня представляются консерваторами.**
7. **В современном мире и нашей стране активно развиваются все шесть моделей психотерапии: медицинская, психологическая, педагогическая, социальная, философская, эклектическая.**

Так мы формулируем семь главных характеристик нашей специальности, позволяющих выделять её из других областей знания и человеческого опыта.

С нашей точки зрения интегративность является основным, магистральным путем развития психотерапии XXI века. Ведь стремление максимально полно использовать потенциал психотерапии, по сути дела, не оставляет нам других столь же перспективных возможностей. Огромное, практически необозримое число методов и школ терапии приводит к необходимости заимствования в каждом направлении и школе самого важного и эффективного. Школы, методы или, как теперь принято говорить, модальности, зарождаются, прорывают свой жизненный путь и уходят в историю. А что же остаётся? На этот вопрос можно уверенно ответить, что оригинальное и лучшее из каждой модальности может быть передано и усвоено интегративными, мультимодальными системами психотерапии.

Современная психотерапия ряда стран регулируется специальными законами. В других странах регулирование осуществляется различными подзаконными актами. И везде, где психотерапия получила достаточное развитие, ведущую роль в формировании нашей профессии играют профессиональные сообщества. В нашей стране таким сообществом является Профессиональная психотерапевтическая лига России. Самое крупное объединение отечественных профессионалов, которому в этом году исполняется девять лет.

Остановимся на основных положениях организации и деятельности Лиги.

1. Концепция Лиги. Организация профессионалов в области психотерапии и консультирования, нового типа, построенная на принципах самоуправления с широкими связями в стране и за рубежом, учреждающая учебные заведения и консультативно-терапевтические центры, работающая со СМИ, создающая субкультуру психотерапии в русскоязычных странах.

2. Цели Лиги. Создание субкультуры психотерапии в большой культуре русскоязычных стран. Гуманизация медицины, образования и общества в целом. Новое понимание человека при помощи интеграции идей России, Запада и Востока в области психического здоровья, благополучия и успешности человека.

3. Задачи Лиги.

3.1. Создание профессионального союза русскоязычных психотерапевтов и консультантов, объединяющего все прогрессивные силы в данной области.

3.2. Создание информационного центра, накапливающего и распространяющего информацию в области психотерапии.

3.2. Создание сети тренинговых центров по психотерапии и консультированию, обеспечивающей образование и повышение квалификации в области психотерапии и консультирование, проводящего научно-методическую работу в этих областях.

3.3. Создание базового практического консультативно-терапевтического Центра и сети консультативно-терапевтических русскоязычных центров в России и за рубежом.

4. Стратегии развития.

4.1. Лига развивается, главным образом, за счёт создания и объедине-

ния ресурсов профессионального сообщества, привлечения ресурсов государства и общества.

4.1.1. Лига объединяет в своих рядах всё большее число членов. Она является массовой организацией, доступной как для профессионалов, так и обучающихся психотерапии и консультированию

4.1.2. Лига входит в качестве зонтичной организации в Европейскую ассоциацию психотерапии, Азиатскую федерацию психотерапии, Всемирный Совет по Психотерапии, Международную организацию консультирования и имеет возможность транслировать их опыт русскоязычной аудитории и обратно.

4.1.3. Лига обращается с предложениями о совместной деятельности к различным общественным, государственным и иным организациям, а так же бизнес-сообществу.

5. Мотивации профессионалов и обучающихся профессии вступления в Лигу и пребывания в ней:

- получать профессиональную информацию;
- принадлежать к профессиональному сообществу России, Европы, всего мира;
- участвовать в образовательных программах;
- участвовать в терапевтических, консультативных проектах;
- улучшить свои условия труда;
- получить дополнительный заработок;
- участвовать в конгрессах, конференциях;
- участвовать в декадах и неделях психотерапии и консультирования;
- заниматься организационной работой;

- заниматься научными исследованиями;
- получить сертификаты, подтверждающие профессионализм;
- получить этическую защиту.

6. Мотивации государственных структур для взаимодействия с Лигой

- Лига способна эффективно участвовать в изменении менталитета восходящих поколений. Повышению их эффективности и адаптации к новой жизни;
- Лига может способствовать снижению уровня социальной тревоги общества, повышению адаптации граждан;
- Занимаясь тренингами профессионалов, Лига может способствовать повышению их работоспособности, эффективности, противодействовать синдрому сгорания;
- Развивая психотерапию, Лига может способствовать снижению затрат на здравоохранение и социальное обеспечение граждан.

Таким образом, миссию современной психотерапии можно сформулировать триадой: развитие – предупреждение – лечение. Данная триада приложима к отдельному человеку, группе и обществу в целом.

Миссия же Профессиональной Психотерапевтической Лиги – «От психотерапии стихийной – к психотерапии профессиональной!»

Девиз нашей деятельности мы формулируем как – «Профессионализм, научность, этичность!»

О РОЛИ-НАЗНАЧЕНИИ ПСИХОТЕРАПИИ В СЕГОДНЯШНЕЙ И ЗАВТРАШНЕЙ ЖИЗНИ

Проф. М. Е. Бурно

Психотерапия (помощь душою душе и через душу телу), в стихийных своих основах, существует, с первобытных времён. В человеческой природе заложены определённые психотерапевтические (душевные) механизмы, оживляющиеся разнообразными душевными воздействиями на человека других людей. Или же это оживление наступает, когда человек душевно воздействует на себя самого. Эти механизмы (открытые на сегодняшний день) суть: внушение, гипноз, разьяснение и убеждение, анализ, тренировка, активирование, поведение, группа, игра, гештальт, креативность, душевная телесность. Все эти психотерапевтические механизмы стихийно работали и в первобытные времена. Например, французский этнограф и социолог Клод Леви-Стросс (2001) рассматривает сложное, наполненное яркими символами, шаманское песнопение, помогающее женщине-индианке в трудных родах, как «очень близкое» к психоанализу. Леви-Стросс поясняет, что здесь «лечение, по всей видимости, состоит в том, чтобы больная осознала ситуацию, описанную вначале в чисто аффективных терминах, и чтобы дух смирился со страданиями, которых тело больше не может вынести». При этом больная верит в реальность мешающих и помогающих родам «злых духов и духов-помощников, сверхъестественных чудовищ и волшебных животных». Всё это – «часть стройной системы, на которой основано представление аборигенов о вселенной». Страдания больной «выпадают из системы», но шаман «с помощью мифа» находит этим страданиям место в системе, духи-помощники побеждают злых духов, и, «поняв свои муки, больная не только смиряется с ними, она выздоравливает» (с. 204–205).

Психотерапия поначалу, в древности, густо пронизывала почти всю малоразвитую ещё тогда медицину (лечебную и профилактическую, гигиеническую). Может быть, меньше – старинную хирургию. Когда читаю в «Гиппократовом сборнике» (Гиппократ, 1936), что больному с «иссушенным» спинным мозгом, с опухшими ногами и изъязвлениями на пояснице, следует, кроме всего прочего, пить «белое и мягкое вино», а «на следующий день ему нужно дать выпить восемь котилей варёного ослиного молока с прибавлением мёда» (с. 438–439), то думаю о том, что все эти уверенные, выразительные заботливые назначения, как и множество других в этом томе, действовали на больного, в большой мере и психотерапевтически. Это происходило две с половиной тысячи лет назад

в Древней Греции. Римский врач Авл Корнелий Цельс (1959) полтысячи лет спустя советует в случае застарелой «кишечно-желудочной болезни», кроме всего прочего, «поставить клизму из тепловатой дождевой воды» (с. 162, пер. Б. А. Мазикова), а Абу Али ибн Сина (Авиценна) (1979), арабский врач, ещё через тысячу лет, советует лечить меланхолию повязками на область желудка из «семян прутняка, семян руты, корневища касатика и «древа Марии», потом же на место повязки положить «хлопок, смоченный горячей водой, или расчёсанную шерсть, или губку» (с. 135). Это всё характерные места из подробных руководств великих врачей. Возможно, указанные природные лекарства порою и в самом деле серьёзно помогали сами по себе. Но всё же, думается, гораздо чаще здесь помогала спокойная убеждённость опытного врача в том, что именно это лечение должно тут помочь. Врач обычно не ошибался. Но чаще – всё же не в отношении природного лекарства, а в отношении собственной одухотворённо-психотерапевтической силы, соединённой с силой чарующего психотерапевтического ритуала, о чём он скорее не подозревал. Конечно, всё это можно предположить только с высоты сегодняшнего дня. Именно так это нередко происходит и сейчас при лечении травами.

Если в приведённых выше примерах в психотерапевтической части врачевания обнаруживается, в первую голову, суггестивный психотерапевтический механизм, то в таком совете Авиценны по лечению «страстной любви», как «приобретения новых [рабынь] и увеселения с ними» (с. 140), возможно усмотреть гештальт-механизм, вспоминая автобиографические рассказы на подобную тему самого Перлза. А в методе швейцарца Теофраста Парацельса (эпоха Возрождения, XVI век), который он назвал «Theorica», звучат уже ярко и аналитический, и креативный механизмы, напоминая мифологическое песнопение шамана из книги Леви-Стросса. Карл Юнг (1992) в известном докладе о Парацельсе (1929, пер. Д. Мироновой) подчёркивает парацельсовское: врач «должен говорить от бога, ибо бог создал врача и лекарства, и подобно тому как теолог берёт свою истину из откровений Священного писания, врач – из «света природы». Юнг приводит пример Парацельса – «пример того, как следует пользоваться Theorica, т. е. как говорить с пациентом», «теоретизировать». Парацельс говорит больному водянойкой о «ясном красивом небе / в котором нет облаков», но вот «в одно мгновение / появляется

маленькое облако / оно разрастается и приумножается так, что в течение часа становится большим дождём / градом / ливнем / и т. д.» «Метеорологическое сравнение, – поясняет Юнг, – предрасполагает к осадкам: сейчас откроются шлюзы тела, и ascites (брюшная водянка – М.Б.) вытечет. Подобную психическую стимуляцию никоим образом нельзя недооценивать и для телесных болезней, и я убеждён, что немало чудесных излечений нашего мастера связано с его превосходной Theoria» (с. 51–52).

Старинная профилактика болезней и гигиена также были во многом психотерапевтическими по своему характеру. Это хорошо видится и в стихотворном «Салернском кодексе здоровья, написанном в четырнадцатом столетии философом и врачом Арнольдом из Виллановы» (Пер. с латинск. Ю. Ф. Шульца; М.: Медицина, 1970. – 112 с.). Заведующий кафедрой латинского языка в моей студенческой молодости, замечательный поэт-переводчик Юлий Фёдорович Шульц отмечает в примечаниях, что медицинская школа Салерно хранила в себе всё лучшее из античной медицины (Гиппократ, Гален, Цельс) и арабской медицины, опиралась на работы врачей поздней Римской империи и раннего Средневековья (с. 45). Для меня особенно важно то, что в этой врачебно-поэтической работе профилактически-гигиенически, живо рассказывается и о гиппократовских темпераментах. Например, о сангвинике (глава 83) говорится, что он «влюбчивый, щедрый, весёлый, смеющийся, румянолицый, любящий песни, мясистый, поистине смелый и добрый», а холерики (глава 86) «молчаливые, мрачные», «тверды в намереньях, но лишь опасностей ждут отовсюду», «жадны, печальны, их зависть грызёт, своего не упустят, робки, не чужд им обман, а лицо их землистого цвета».

История старой медицины (включающей в себя профилактику и гигиену) – в значительной мере история лечения и предупреждения разнообразных болезней средствами врачебной души. И чем древнее медицина, тем больше в ней психотерапии. Это ясно читается и в обстоятельных книгах по истории медицины, особенно – в «Истории древней медицины» Савелия Григорьевича Ковнера (вып. 1–3, Киев, 1878–1888). Донаучная психотерапия пронизывала, наполняла собою медицину почти до середины XIX века, пока благотворные взрывы начавших бурно развиваться клиницизма, медицинской техники, лаборатории, фармакологии не потеснили её. Тогда психотерапия стала «сгущаться» в тех особых складывающихся областях медицины, которые сделали её царством (психиатрия, психосоматические расстройства, психопрофилактика и психогигиена).

«История психиатрии» Юрия Владимировича Каннабиха (1929) – в сущности, есть подробнейшая история развития психиатрического клиницизма и психиатрической психотерапии допсихофармакологического времени. Если каннабиховскую «Историю психиатрии» продолжить следующим томом, то в нём много места будут занимать такие новые разделы, как психоанализ (вообще психологическая психотерапия в психиатрии), клиническая психиатрическая психотерапия и психофармакотерапия. Каннабих (1929) заметил ещё в пору острой и широкой критики психоанализа западными клиницистами, что «глубоко оригинальное учение Фрейда уже давно раскололо исследователей на два враждебных лагеря». И это случилось, несмотря на «волютаристический характер» психоаналитического учения (с. 470–471). Под «волютаризмом» Каннабих, скорее всего, понимает здесь нежелание Фрейда и других психоаналитиков считаться с объективными закономерностями клинического мышления. В самом деле, Фрейд положил начало психологической (неклинической, психодинамической, психологически-теоретической) психиатрии и психотерапии, медицине вообще – в противовес гиппократовскому клиницизму, существовавшему до него. В том числе, и такому одухотворённому клиницизму, как клиницизм Эугена Блейлера и Эрнста Кречмера. Психотерапия в психиатрии и соматологии распалась на клиническую (на основе естественнонаучного, клинического мышления-мироощущения) и психологическую (основанную на психологических концепциях – психодинамическую, экзистенциально-гуманистическую, когнитивно-поведенческую). Кроме того, Фрейд своим психоанализом, прежде всего показанным для лечения невротических расстройств, которые он не склонен был клинически отличать от здоровых трудностей, – в сущности, открыл современную психотерапию здоровых людей с душевными трудностями («проблемами» – как сейчас говорят). В частности, и поэтому сегодняшняя психотерапия здоровых (клиентов) – по большей части психологическая (психотерапевтическое воздействие отправляется не от природных особенностей души, а от определённой

психологической (теоретической) ориентации). Существует, конечно, и чисто техническая психотерапия – без мироощущения и концепций (например, нейролингвистическое программирование).

Внелечебная психотерапия здоровых людей, широко распространённая на Западе, по существу и есть психотерапевтическая профилактика и психотерапевтическая гигиена. Эта важнейшая область психотерапии, несомненно, будет всё глубже и подробнее, по жизненной необходимости, захватывать, пронизывать сегодняшнее и завтрашнее человечество, напряжённое опасными разнообразными малопредсказуемыми природными, техническими катастрофами, невиданной прежде алкоголизацией, наркотизацией, террористическими актами, межличностными бытовыми конфликтами. Книга Виктора Викторовича Макарова (в сущности – об этой профилактической, гигиенической психотерапии) так и называется – «Психотерапия нового века» (2001).

Отечественный клиницист-классик первой половины XIX века Иустин Евдокимович Дядьковский (1958) свою профессорскую активную речь произнёсённую в Московском университете в 1833 году, назвал «О настоятельной необходимости в наше время изучения медицины всем просвещённым людям, особенно богатым». Дядьковский напомнил слушателям о том, что в давние времена многие образованные люди изучали медицину для себя, дабы себя полечить (изучали «от единогодушного сознания древних высочайшей драгоценности жизни и здравия»). Кроме того, изучение медицины даёт нам «естественные знания» (важнейшая их часть – «психическая и физическая антропология»), знания, которые противостоят «философическому» (то есть идеалистическому – М. Б.), «мечтательному созерцанию», обременяющему людей страданиями, порождающему, например, «ипохондрических жанжакистов» (от Жан-Жак Руссо – М. Б.). Дядьковский считает, что его богатые современники особенно должны стремиться к изучению медицины, потому что 1) болеют чаще и тяжелее, нежели бедные, 2) потому что им легче приобретать книги, пособия по медицине, 3) потому что владеют «подвластными себе» и смогут «оберегать их здоровье и облегчать их болезни» (с. 77–79).

Актовая речь Дядьковского сбывается в том отношении, что давно уже существуют лечебно-образовательные школы больных сахарным диабетом, школы душевнобольных («психообразование») и т. д. Выпускается множество медицинских научно-популярных книг, брошюр, атласов, создаются специальные научно-художественные медицинские фильмы для широкого зрителя. Для нас важно, что эта речь современна и в отношении сегодняшней нашей психопрофилактики и психогигиены, то есть внелечебной психотерапии, «психотерапии нового века». Уже десятки лет на Западе множество здоровых людей, изучая психотерапию, занимается в разнообразных психотерапевтически-психологических группах в заботе о своём душевном здоровье, о своём умении так ладить с людьми, с самими собою, чтобы преуспевать в жизни, радоваться общению с близкими. Психотерапию профессионально изучают не только врачи и психологи, но и педагоги, социологи, священники, все, кто работает с людьми. Подобное, поначалу робко, происходит и у нас уже в течение четверти века (Макаров В. В., 2001, с. 21). Ксерокопии зарубежных книг, Новосибирская конференция по социально-психологическому тренингу (1980 г.) и, с падением советской власти, макаровские красочные психотерапевтические декадни на корабле по Енисею и потом, без корабля, в разных городах России. Движение внелечебной психотерапии в стране совершенствуется, углубляется, стало многочасовым, но, понятно, и тормозится бедностью многих россиян, не способных платить за длительное участие-работу в психотерапевтических группах. Работа эта происходит у нас в соответствии с российскими особенностями, отличается от западной работы нашей традиционной мозаикой психотерапевтических методов («мультимодальная интегративная российская психотерапия» – Макаров В. В., 2001, с. 74–75). Однако и в нашей внелечебной психотерапии преобладает сегодня психологическая основа. Терапия творческим самовыражением (ТТС) в своих внелечебных формах (Бурно М. Е., Добролюбова Е. А. (ред.), 2003), кажется, единственный метод с российски-традиционной клинической, естественнонаучной основой, работающий в нашей «психотерапии нового века». Объясняется это тем, что он показан дефензивным людям (людям с более или менее сложным, личностным, переживанием своей неполноценности), требует длительного сложного переживания в занятиях и труден для стремящихся к техникам, умеющих легко воспринимать эти психологические техники, овладевать и довольствоваться ими. Дефензивных

здоровых людей много в России. В патологии им соответствуют пациенты со сложными личностными расстройствами, которые не уступают и сегодняшней психофармакотерапии. Дефензивные люди, по робости, тревожности своей, нередко прячутся даже от внелечебной психотерапии и часто от непрактичности своей довольно бедны, чтобы в ней полноценно участвовать. Мне видятся в них образы интеллигентных дореволюционных земских учителей и врачей, за малую плату одухотворённо служивших народу. Примечательно, что в тех местах страны, где таких людей оказывается много вместе (например, среди школьных учителей, институтских преподавателей) внелечебная ТТС расцветает, организуется работа с дефензивными детьми в государственных домах творчества (ТТС в условиях дополнительного образования), проводятся конференции по ТТС, ТТС государственно преподаётся педагогам, психологам в институтах повышения квалификации (дополнительная профессиональная образовательная программа), защищаются диссертации и т. п. См., например, об этом в работах сибирских психологов Наталии Викторовны Грушко из Омска (2003) и Елены Сергеевны Манюковой из Новокузнецка (2003).

Для того чтобы все желающие это делать люди (в том числе бедные) могли изучать созвучную им психотерапию (а это есть сегодня жизненно важное дело), необходимо расширять и совершенствовать, так сказать, литературную часть этой работы. Конечно, у нас есть уже немало научно-популярных психотерапевтических (психопрофилактических, психогигиенических) изданий для народа о невротических расстройствах, о характерах, о пагубных пристрастиях и т. п. В Казани в последние годы опубликованы замечательные в этом духе работы, незаурядные своим живым врачевным переживанием-стремлением научить людей с различными душевными трудностями, переживаниями помогать себе. Это работы Анатолия Михайловича Карпова «Самозащита от наркомании» (Казань: Татполиграф, 2002. – 54 с.) и «Самозащита от стресса» (Казань: Медицина, 2003. – 68 с.) и работы Карпова в соавторстве с Галимзяном Закировичем Шакирзяновым «Самозащита от курения» (Казань: Татполиграф, 2002. – 30 с.) и «Самозащита от алкоголизации» (Москва: Парламентский центр по антиалкогольной профилактике РФ, 2004. – 52 с.). Думается, что эта заочная, литературная область психотерапии может быть серьёзно усилена, обогащена в России не только подобными одухотворёнными научно-популярными произведениями, но и художественно-психотерапевтическими работами (и в том числе театром для широкой аудитории). Эти работы уже есть у нас, и они могут по-своему целительно проникать в душу человека своими художественно-психотерапевтическими образами. Если специалист-психотерапевт – психотерапевт по природе своей, по призванию, если он живёт психотерапией, то и его художественное самовыражение (проза, поэзия, рисунок, живопись, театр и т. д.) может серьёзно, порою таинственно-сложно психотерапевтически воздействовать на читателя. Большинство этих произведений не есть область литературы, искусства. Произведения эти живут именно в психотерапии и отличаются от истинно художественных творений тем, что художественными образами выполняют психотерапевтические задачи. При этом психотерапевт обычно не действует целенаправленно-осознанно (как это вообще случается не только в художественном творчестве, но и в творческой психотерапии), психотерапевтическая природа специалиста, его опыт-чутьё делают тут своё дело. Эти разнообразные художественно-психотерапевтические произведения, в соответствии со своим авторским духом, содержанием, психотерапевтическим мироощущением, по-разному помогают разным людям. Эта область внелечебной и лечебной психотерапии только начиная по-настоящему углублённо развиваться в мире и требует серьёзного научного изучения в том смысле, как, например, литературоведение изучает художественную литературу, а искусствознание – живопись. Художественно-психотерапевтические произведения, как и все психотерапевтические приёмы, могут основываться на естественнонаучном (клиническом) мироощущении, на психологическом и мозаичном. Для примера упомяну здесь последние отечественные опыты в этой работе. Это стихи Ирины Алексеевны Чегловой «Подвешенное состояние» и «Под крылом ангела» (Профессиональная психотерапевтическая газета, 2004, №1, с. 12), поэтический сборник «Алые яблоны» Татьяны Евгеньевны Гоголевич (Тольятти: Лит. агентство Вяч. Смирнова, 2004. – 62 с.) и свою книгу «Больной человек и его кот (Психотерапевтическая

проза о целебном творческом общении с природой)» (М.: Приор-издат, 2003. – 336 с.).

Наконец, ко всему этому прибавлю, для людей сложных, с философской направленностью души, и психотерапевтическую помощь изучением философии, такую же древнюю, как сама философия, и тесно связанную с терапией творчеством. Об этой помощи, терапии всё больше появляется научных работ в последние годы. Из недавнего упомяну заочную полемику между российским психологом-философом Еленой Анатольевной Ромек и американским психиатром-психотерапевтом Адамом Блатнером в Московском психотерапевтическом журнале (2004, №2, с. 125–141). По Блатнеру, терапия философией, в сущности, помогает прийти к Богу, помогает пациенту «достичь силы и мудрости, устанавливая глубоко личностную психологическую связь с Ним» (с. 127). Ромек полагает, что терапия философией, напротив, «содействует развитию такой человеческой способности, как свобода воли» (с. 140). Однако мне известны и классические, с моей точки зрения работы по терапии философией на естественнонаучной, клинической основе (клинической – не в смысле помощи больным людям, а в смысле естественнонаучного, клинического, мышления). Это удивительные работы Константина Ивановича Сотонина, молодого сотрудника Казанского института научной организации труда, по-видимому, врача-философа, загубленного агрессивными большевиками за его мысли в 1929 году. Существо «философской терапии» Сотонина состоит в следующем. «Недовольного», сообразно его темпераменту, надобно приобщить к изучению именно той философской системы, которая ему созвучна и поможет радоваться жизни. И в этом отношении «для врача-философа нет философской системы, которая была бы истиннее или позже всякой другой системы» (см.: Бурно М. Е., 1995).

Конечно же, именно Терапия духовной культурой в самом широком смысле (Бурно М. Е., 2000, с. 643–650), то есть терапия, ведущим механизмом которой является креативный механизм (механизм творческого самовыражения), психологическая или естественнонаучная (клиническая), способна особенно серьёзно помочь человеку, больному или здоровому, найти свою целительную жизненную дорогу.

Отрвать психотерапию лечебную от психотерапии внелечебной невозможно, как невозможно отрвать лечение от профилактики и гигиены. Но отличие сегодняшних психопрофилактики и психогигиены (составляющих внелечебную психотерапию) от прежних состоит в том, что они далеко вышли за забор медицины, включив в себя иных, гуманитарных, специалистов. Однако, убеждён, что всё-таки гуманитариям следует чаще, нежели это сейчас происходит, советоваться по поводу своих клиентов с клиницистами, поскольку не так редко болезнь похожа на здоровье, а больному надобно помогать совсем по-другому.

Итак, психотерапия, всегда существовавшая, работавшая в медицине и вообще в жизни человечества (в литературе, искусстве, философии, человеческих отношениях, научных переживаниях), как видим, в своём развитии, уже более ста лет назад «сгустилась», профессионально углубилась-усложнилась в таких областях медицины, как психиатрия, психосоматические расстройства, психопрофилактика, психогигиена. Но вокруг этих «сгущений» психотерапия впоследствии стала в своих внелечебных формах распространяться на всё человечество. Даже без желания людей – например, в виде передач по радио и телевидению. В последние годы психотерапия всё шире и крепче, по необходимости, с усложнением нашей жизни, охватывает, прежде всего, своей внелечебной областью, также профессиональной (но уже не ограниченной одной врачебной профессией), наш уже немолодой и нездоровый мир, помогая людям защищаться в нём от нарастающих трудностей, невзгод и, по возможности, быть вместе с созвучными душе людьми, с природой, преуспевать в своих делах, обретая радость. Именно в этом, как Психотерапия (лечебная и внелечебная) сама нам подсказывает извилистостью своего исторического развития, состоит её роль-назначение (миссия) в сегодняшней и завтрашней жизни. Эта роль будет более или менее успешно выполняться только в том случае, если психотерапевты, взаимно уважая различные подходы друг друга, проникнутся убеждённостию в том, что все они необходимы, но каждый – в какой-то своей группе пациентов, клиентов. Убеждённостию в том, что и у «жанжакистов» (Дядьковский) есть своя благодородная психотерапевтическая правда – для своих пациентов, клиентов.

Ψ ОПЫТЫ ДУШИ

В этой рубрике мы публикуем материалы о том, что дает нам психотерапия – как ученикам и клиентам, практикующим специалистам, тренерам, супервизорам и преподавателям. Чтобы стать мастером, нужно пройти все этапы. И на каждом из них мы можем пережить очень многое, сделать открытия – маленькие и не очень, стать еще более человеком, еще более собой. И данная рубрика – про такой вот, чисто субъективный опыт. Сегодня в рубрике – кусочек личных переживаний редактора газеты И.А.Чегловой. Это о корнях, о предках, о тех, кто жил за поколение до... Их судьбы искалечены войной, их чувства отзываются до сих пор в каждом из потомков. А после терапевтической работы с родовым наследством у этих потомков могут родиться такие вот строки...

СКАЗ О СЕМЕНЕ САПРЫКИНЕ, СЫНЕ ГРИГОРИЯ, РУССКОМ ТРУДЯГЕ И СОЛДАТЕ, О СМЕРТИ ЕГО И О ЛЮБВИ

Ох, земля ты моя, земля русская, как жирна и плодородна ты на родной моей Орловщине, где пахал я тебя, холил и лелеял, где я на ноги встал и солнышко впервые увидел! Там, где ржут в росных лугах лошади, где хлеба колосятся, где реки чистые тебя, земля моя родимая, доброй волной омывают!

И какая ж ты сухая и жесткая здесь, на гиблом рубеже, на поле брани моей, – первой и последней... Как тело мое, взрывом разодранное, огнем обожженное, давишь, с пылью и прахом мешаешь, глаза мои засыпаешь, как дышать не даешь, на грудь мне пудами валишься, да прямо в легкие вместо воздуха, хоронишь заживо, в крови и копоти, не омытого, без причастия последнего... И ничегошеньки не успел я на этой войне проклятушей, ни одному супостату поганому даже в рыло не плюнул...

И это всё, это конец!?

И жизнь моя, вся как есть, как была она, каждый миг, что прожил я на земле, передо мною проносится... Да так ясно, как второй раз живу...

Вот мальчонкой совсем скачу на коне, и кричу что-то, себя не помня от радости, и солнышко над головой кренделя в небе выделяет, и травы врзлет... Вот премудрость великая, перо скрипучее да пальцы в чернилах, да закорючки непонятные вдруг словами русскими становятся... Вот отец с матерью смотрят на меня и говорят: «Ну, Семен, первая борозда ровная да гладкая, значит, и жизнь твоя широкою да по правде будет!» Вот костер в ночном и байки про чары навьи, про русалок и чудо-юдо заморское... да про войны, да про мирную жизнь... Вот шахта моя, вот уголек, руками вот этими добытый, вот хлеб, этими же руками взрощенный... Вот мечтательные глаза девичьи по всей округе да шепоток потаенный: «Сема, Семушка, золотко...» Да все не то, все не она... А вот... шальный взгляд нараспашку, носик курносый с конопинками, и мука сладкая по всему телу... Она, Нюра-Аннушка, бесстыжая, вздорная, ведьма моя ненаглядная, на всю жизнь одна, разлюбезная, жена моя перед Богом. И как глянула первый раз, так и затянула меня с потрохами в глазищи свои бесовские – на всю жизнь мою. И пока смотрела она на меня вот так, – да я и сказать-то не сумею, как! – почувствовал я в себе такое – все нипочем, сам черт не брат, и сила немерянная во мне ключом забурилась... А как плясала! Как в дом мой желанной хозяйкой вошла! Как в глаза моей матери без страха поглядела, да как стакнулись они меж собою, как союз тайный заключили... И как же она меня, грешного, любила! Как детей моих в себе носила, – гордо, не скрывая счастья, ходила павою, не горбилась, как другие бабы, бывало... Как рожала легко, всласть! Четверых подарила мне, лебедушка моя белая... Как брал я их, маленьких, на руки, целовал, к груди прижимал трепетно... Как купали мы их с Аннушкой... Все во мне тогда будто пело... Как ходить учились, слова первые лепетали-выговаривали... Валентина – душа огневая да вольная, Мария – краса-лапушка, певунья

ненаглядная, Николаша – сынок мой родной... А последыша, Алешеньку, всего только три раза подержать в руках и успел... И за них, кровинок моих, и за нее, хозяйку мою... я этот бой принял, и жизнь свою положил. И сгинул безвестно...

Но это уж нет, уж дудки, ...мать вашу, не дождетесь! Не сгинуть мне бесследно, ведь не только прошлое мое могу видеть здесь, но и в будущее рода моего, мою кровью и жизнью оплаченное, дано мне глазами слепнувшими заглянуть...

Вырастишь ты, любимая, наших детей, всех на ноги подымеешь, хоть и трудно, и солоно да горько без меня тебе будет. Хоть и судьбы их без отца совсем другими станут. Да мир не без родни да не без добрых людей. И война проклятая рано или поздно кончится.

Всех вырастишь ты, всех до единого деток наших. Всех люблю я их, все мне дороги, всем успел я слово отцовское на прощанье сказать. Лишь тебе, Алешенька, не смог, не додал я важного... Не судьба... Так вот теперь из этой ямы, из земляного крошева, из пепла и крови, за миг от смерти, – всю душу мою, всю силу мужскую, все, что могу, тебе отсылаю. Вырастешь ты, и умным будешь, умелым, и удачником, и красавцем, и любить тебя будут женщины безоглядно... А ты – их... И жена тебе найдется – под стать да по сердцу, мудрая и добрая, нежная и работящая, что одна только понять и принять сможет тебя, такого, как есть, как будешь, и верность тебе сохранит вовеки, и дом твой блюсти будет... И родит она тебе дочь... И назовешь ты ее, внучку мою, Ириною – мирным именем. Ведь после войны должен быть мир. Без этого нет жизни. И в ней, во внучке моей, ни разу меня не выдавшей, душа моя возродится на миг, и горькими слезами ее не единожды оплакан буду, и в сердце ее место хорошее найду, и тогда покой обрету... А ты, сынок мой, сделаешь то, чего я не смог, – война помешала... Ты внука своего новорожденного в руку крепкую примешь, под спинку поддержишь, и он весь почти в ладони поместится, и в доме твоём, в лоханочке, в водичке теплой ручками-ножками засучит – заплакает... И слова первые скажет, и ножками затопает... И в мир выйдет... И тебя навсегда запомнит как деда своего... Все это будет... Пусть будет, как будет... Ничего из этого мне уже не увидеть, судьбу не изменить... И за это за все, за всех за вас не жалко мне жизни своей... А вы – живите, как сможете, мои дорогие...

Лишь тебе напоследок, душа моя, Аннушка... Знаю, не забудешь ты меня никогда, да монашкой-то, смотри, не заделайся. Не надо этого. Узнаешь еще радость женскую – любовь мужскую. Не сможешь прожить ведь без этого, уж больно сердце у тебя страстное да душа бедовая. Почудишь еще на земле, порезвишься... А я тебя дождусь в тех краях, где нет больше боли. И тогда уже мы не расстанемся. И уж больше я никому тебя не отдам.

Газета зарегистрирована Комитетом РФ по печати. Свидетельство о регистрации ПИ № 77 12126 от 22 марта 2002 г.

Учредители: Профессиональная психотерапевтическая лига, Институт повышения квалификации Общероссийской Профессиональной психотерапевтической лиги, Межрегиональная коллегия врачей.

Главный редактор В. В. Макаров, редактор И. А. Чеглова, ответственный секретарь И. Ю. Калмыкова.

Газета распространяется по подписке и в розницу. Возможна подписка через редакцию.

Адрес редакции: 115280, Россия, Москва, 2-й Автозаводской проезд д. 4, кафедра психотерапии, медицинской психологии и сексологии РМАПО

Отпечатано в типографии Sunprint. Тел.: 926 42 43.

Тираж 5000 экз.